



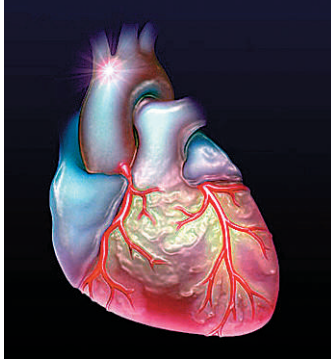
ಸಾಂಕ್ರಾಮಿಕ ರೋಗದಿಂದ ಮಕ್ಕಳ ಸಾವು

ಜಗತ್ತಿನಾದ್ಯಂತ ಪ್ರತಿ ವರ್ಷ ಐದಕ್ಕಿಂತ ಕಡಿಮೆ ವಯಸ್ಸಿನ 88 ಲಕ್ಷ ಮಕ್ಕಳು ಸಾಯುತ್ತಿದ್ದು ಇದರಲ್ಲಿ ಮೂರನೇ ಎರಡರಷ್ಟು ಮರಣ ನ್ಯೂಮೋನಿಯಾ, ಅತಿಸಾರ, ಮಲೇರಿಯಾ ಮೊದಲಾದ ಸಾಂಕ್ರಾಮಿಕ ರೋಗಗಳಿಂದ ಸಂಭವಿಸುತ್ತಿದೆ. ಇವರಲ್ಲಿ ಶೇಕಡಾ ಒಂದರಷ್ಟು ಮಕ್ಕಳು ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಹೊಂದಿದ ರಾಷ್ಟ್ರಗಳಿಗೆ ಸೇರಿದವರು. ಉಳಿದ ಸಾವು ಭಾರತ, ನೈಜೀರಿಯಾ, ಕಾಂಗೊ, ಪಾಕಿಸ್ತಾನ ಮತ್ತು ಚೀನಾದಲ್ಲಿ ಸಂಭವಿಸುತ್ತಿದೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಈ ಕಾಯಿಲೆಗಳಿಗೆ ಕಡಿವಾಣ ಹಾಕಬೇಕಾಗಿದೆ ಎಂದು ವಿಶ್ವ ಆರೋಗ್ಯ ಸಂಸ್ಥೆ ತನ್ನ ಹೇಳಿಕೆಯಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಿದೆ.

ಇನ್‌ಹಾಟ್ ಎಲೆಕ್ಟ್ರೋಡ್‌ಗಳಿಂದ ಸೋಂಕು

ಹೃದಯದ ಬಡಿತವನ್ನು ಸಾಮಾನ್ಯ ಮಟ್ಟಕ್ಕೆ ತರಲು ಇನ್‌ಹಾಟ್ ಎಲೆಕ್ಟ್ರೋಡ್‌ಗಳಿಗಿಂತ ಎದೆಯ ಮೂಳೆ ಸಮೀಪ ಚರ್ಮದ ಅಡಿ ಅಳವಡಿಸುವ ಥೈಡಿಂಗ್ ಎಲೆಕ್ಟ್ರೋಡ್‌ಗಳು ಹೆಚ್ಚು ಸುರಕ್ಷಿತ.

ಇನ್‌ಹಾಟ್ ಅಥವಾ ಟ್ರಾನ್ಸ್‌ವೀನಸ್ ಎಲೆಕ್ಟ್ರೋಡ್‌ಗಳನ್ನು ಎಕ್ಸ್ ರೇ ಸಹಾಯದಿಂದ ಅಳವಡಿಸಲಾಗುವುದು. ಆದರೆ ಅದು ಹಾಳಾದರೆ ಅವುಗಳನ್ನು ಹೊರತೆಗೆಯುವುದು ಕಷ್ಟ ಹಾಗೂ ಸೋಂಕಾಗುವ ಸಂಭವ ಅಧಿಕ. ಹೊಸ ಉಪಕರಣವನ್ನು ಎದೆಯ ಮುಂಭಾಗ ಹಾಗೂ ಪಕ್ಕದಲ್ಲಿ ಮೂರು ಕಡೆ ಸೀಳಿ ಅಳವಡಿಸಲಾಗುವುದು. ಇದು ಹೆಚ್ಚು ಸುರಕ್ಷಿತ ಎಂದು ನ್ಯೂ ಇಂಗ್ಲೆಂಡ್ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಜರ್ನಲ್ ಹೇಳಿದೆ.



ಶ್ವಾಸಕೋಶ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ವಿಟಮಿನ್ ಎ

ಪೌಷ್ಟಿಕಾಂಶ ಕೊರತೆಯಿರುವ ಗರ್ಭಿಣಿಯರು ವಿಟಮಿನ್ ಎ ತೆಗೆದುಕೊಂಡರೆ ಹುಟ್ಟುವ ಮಕ್ಕಳ ಶ್ವಾಸಕೋಶಗಳು ಆರೋಗ್ಯಕರವಾಗಿ, ಗಟ್ಟಿಮುಟ್ಟಾಗಿರುತ್ತವೆ. 8-10 ವರ್ಷ ವಯಸ್ಸಿನವರೆಗೂ ಅಂಥ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಶ್ವಾಸಕೋಶ ಸಂಬಂಧಿ ಕಾಯಿಲೆಗಳು ಬಾಧಿಸಲಾರವು.

ಈ ಬಗ್ಗೆ ಬಾಲ್ಟಿಮೋರ್‌ನ ಜಾನ್ಸ್ ಹಾಪ್‌ಕಿನ್ಸ್ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾನಿಲಯದ ವೈದ್ಯರ ತಂಡವೊಂದು ಅಧ್ಯಯನ ನಡೆಸಿದೆ. ವಿಟಮಿನ್ ಎ ಇರುವ ಬೀಟಾ ಕ್ಯಾರೋಟಿನ್ ಅನ್ನು ನೇಪಾಳದ ಹಳ್ಳಿಯೊಂದರ ಗರ್ಭಿಣಿಯರಿಗೆ ನೀಡಿ ಅಧ್ಯಯನ ನಡೆಸಲಾಯಿತು. ಅವರಿಗೆ ಹುಟ್ಟಿದ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಸಾಕಷ್ಟು ವಿಟಮಿನ್ ಎ ಅಂಶ ಇರುವುದು ಕಂಡುಬಂತು.

ವಿಟಮಿನ್ ಡಿ ಕೊರತೆಯಿಂದ ಖಿನ್ನತೆ

ವೃದ್ಧರಲ್ಲಿ ವಿಟಮಿನ್ ಡಿ ಕೊರತೆಯಿಂದ ಖಿನ್ನತೆ ತಲೆದೋರುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಅಧಿಕ. ವಿಟಮಿನ್ ಡಿ ಪ್ರಮಾಣ ಕಡಿಮೆ ಇದ್ದರೆ ಹೃದ್ಯೋಗ, ಪಾರ್ಶ್ವವಾಯು, ಅಧಿಕ ರಕ್ತದೊತ್ತಡ ಹಾಗೂ ಅಪಾಯಕಾರಿ ಅಸ್ತಮಾ ತಲೆದೋರುವ ಸಂಭವ ಹೆಚ್ಚು.

ವಯಸ್ಸಾದವರಲ್ಲಿ ವಿಟಮಿನ್ ಡಿ ಕೊರತೆ ಸಾಮಾನ್ಯ. ಇದು ಮೂಳೆ ಮುರಿತ, ಇತರ ಅಂಗಾಂಗಗಳು ಸರಿಯಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡಲು ವಿಫಲವಾಗುವುದು, ಅಶಕ್ತತೆ ಮೊದಲಾದವುಗಳಿಗೆ ಕಾರಣ. ಈಗ ಖಿನ್ನತೆಗೆ ಕೂಡಾ ಇದೇ ಕಾರಣ ಎಂದು ಬಾಲ್ಟಿಮೋರ್‌ನ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ವೃದ್ಧರ ಸಂಸ್ಥೆಯ ಡಾ. ಲ್ಯೂಗಿ ಕಂಡು ಹಿಡಿದಿದ್ದಾರೆ. ಸೂರ್ಯ ಕಿರಣದಲ್ಲಿರುವ ವಿಟಮಿನ್ ಡಿ ತೈಲದ ಅಂಶ ಜಾಸ್ತಿಯಿರುವ ಮೀನಿನಲ್ಲೂ ಇರುತ್ತದೆ. ವಿಟಮಿನ್ ಡಿ ಎಲುಬಿಗೆ ಕ್ಯಾಲ್ಸಿಯಂ ಹೀರಿಕೊಳ್ಳಲು ನೆರವಾಗುತ್ತದೆ.

ಪರಿಸರ ಮಾಲಿನ್ಯದಿಂದ ಹೃದಯಾಘಾತ

ಪರಿಸರ ಮಾಲಿನ್ಯದಿಂದ ಹೃದಯಾಘಾತ ಹಾಗೂ ಪಾರ್ಶ್ವವಾಯು ಸಂಭವಿಸುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಅಧಿಕ ಎನ್ನುತ್ತದೆ ಅಮೆರಿಕದ ಹೃದ್ಯೋಗ ಪ್ರತಿಷ್ಠಾನ. ಕೈಗಾರಿಕೆ, ವಿದ್ಯುತ್ ಘಟಕಗಳು ಹಾಗೂ ವಾಹನಗಳಿಂದ ಹೊರಹೊಮ್ಮುವ ಮಾಲಿನ್ಯ ತೀರಾ ಅಪಾಯಕಾರಿ. ಜೊತೆಗೆ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಧೂಮಪಾನ, ಮದ್ಯದ ಚಟ, ಅಧಿಕ ರಕ್ತದೊತ್ತಡ, ಮಧುಮೇಹ, ಕೊಬ್ಬಿನಂಶ ಮೊದಲಾದ ಅಂಶಗಳಿಂದಲೂ ಅಪಾಯದ ಪ್ರಮಾಣ ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ.

ಮಾಲಿನ್ಯದಲ್ಲಿರುವ ಸಣ್ಣ ಗಾತ್ರದ ರಾಸಾಯನಿಕ ವಸ್ತುಗಳು ರಕ್ತನಾಳದಲ್ಲಿ ರಕ್ತ ಸರಾಗವಾಗಿ ಹರಿಯಲು ತಡೆಯೊಡ್ಡುತ್ತವೆ. ನಾಳದಲ್ಲಿ ರಕ್ತ ಹೆಚ್ಚುಗಟ್ಟುತ್ತದೆ. ರಕ್ತದೊತ್ತಡ ಅಧಿಕವಾಗುತ್ತದೆ. ಹೃದಯದ ಬಡಿತ ಏರುಪೇರಾಗುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದ ಹೃದಯಾಘಾತ, ಪಾರ್ಶ್ವವಾಯು ಸಂಭವಿಸುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಅಧಿಕ. ಇದಕ್ಕಿರುವ ಪರಿಹಾರವೆಂದರೆ ಮಾಲಿನ್ಯ ಅಧಿಕವಿರುವ ಜಾಗದಲ್ಲಿ ಓಡಾಡುವ, ಸಮಯ ಕಳೆಯುವ ಸಂದರ್ಭವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಬೇಕು.

ಲೇಸರ್‌ಗಿಂತ ಮಸೂರ ಉತ್ತಮ

ಸಾಧಾರಣ ಸಮೀಪದೃಷ್ಟಿಯಿರುವವರಿಗೆ ಲೇಸರ್ ಶಸ್ತ್ರ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಿಂತ ಮಸೂರ ಕಸಿ ಮಾಡುವುದು ಸುರಕ್ಷಿತ ವಿಧಾನ. ಕಾಂಟ್ರಾಕ್ಟ್ ಲೇನ್ಸ್ ಅಥವಾ ಕನ್ನಡಕ ಬಳಸಲು ಬಯಸದ ಸಮೀಪದೃಷ್ಟಿಯಿರುವವರಿಗೆ ಲೇಸರ್ ಶಸ್ತ್ರ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡುವುದು ಸಾಮಾನ್ಯ. ಇದರಲ್ಲಿ ಕಾರ್ನಿಯಾ ಮೇಲಿನ ಕೆಲವು ಕೋಶಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕಲಾಗುವುದು.

ಆದರೆ ಸಮಸ್ಯೆ ಹೆಚ್ಚಿರುವವರಲ್ಲಿ ಜಾಸ್ತಿ ಕೋಶ ತೆಗೆದು ಹಾಕಬೇಕಾಗುವ ಅಗತ್ಯವಿರುವುದರಿಂದ ಲೇಸರ್ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಸಾಧುವಲ್ಲ. ಹೀಗಾಗಿ ಕಣ್ಣಿನ ನೈಸರ್ಗಿಕ ಮಸೂರದ ಮೇಲೆ ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್ (ಇಂಟ್ರಾಒಕ್ಯುಲರ್) ಮಸೂರ ಅಳವಡಿಸಲಾಗುವುದು. ಲೇಸರ್ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಪಡೆದವರಿಗಿಂತ ಇಂಥ ಮಸೂರ ಹಾಕಿಸಿಕೊಂಡವರ ದೃಷ್ಟಿ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿದ್ದು ಅಧ್ಯಯನದಲ್ಲಿ ಕಂಡು ಬಂದಿದೆ. ಆದರೆ ದೀರ್ಘಾವಧಿ ಪರಿಣಾಮಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಇನ್ನೂ ಸಂಶೋಧನೆ ನಡೆಯಬೇಕಾಗಿದೆ.

■ ಸುದ್ದಿ



"A dreamland above the clouds"



Adi-Kailash Aum Parvat Yatra & Glacier Trekking

Organised By-
**KUMAON MANDAL
VIKAS NIGAM LTD.**
(Uttarakhand Govt. Undertaking)

No:17, Om Nivas 1st Floor 5th Main Gandhi Nagar Bangalore -9
For booking and details contact Prakash: Ph: 22356489,
22375698,09448128482 Email: kmvn_bangalore@yahoo.co.in